

| (9月1日現在) | | 前月比 | |
|----------|-----------|--------|--|
| 人口 | 62,245 人 | (35人減) | |
| (男) | 31,582 人 | (16人減) | |
| (女) | 30,663 人 | (19人減) | |
| 世帯数 | 26,317 世帯 | (5世帯増) | |

発行 福生市
〒197-8501 東京都福生市本町5
編集 総務部秘書広報課
市役所の代表電話番号
☎ 042-551-1511

新たなまちづくりに向けて
福生市基本構想審議会委員が決まる



石川市長から岩河会長に「諮問書」が渡されました

平成12年度からの10年間を目標期間とした福生市第3期総合計画の策定に向け、市の将来像やまちづくりの方向を定めていくため、市長の諮問機関として設置された福生市基本構想審議会の委員に18名が決まり、8月18日、第1回福生市基本構想審議会が開催されました。

なお、7月の委員の公募には14名の応募があり、選考の結果、3名の方が委員に選ばれました。

また、同じく7月に実施したまちづくりモニターの公募には13名の応募があり、市内各種団体推薦の方とともに、応募者全員の方にモニターをお願いしました。

◆福生市基本構想審議会委員(敬称略) ◎会長 ○副会長
《学識経験者》

◎岩河信文・玉木一弘・○貫井志幸・長谷川貞夫・松田茂廣
《市民の代表》

秋山美左江・加藤昌彦・北島浩子・郡司真由美・小嶋昇・小林和人・斎藤昭治・角田四郎・村山利夫・森田一彦

《公募による市民の代表》

尾亦恒夫・澤井直子・渡邊一成

ご存じですか!
高齢者の福祉制度

9月15日～21日は「老人保健福祉週間」

介護費用等の助成
お年寄りを在宅で介護している同居の親族、またはお年寄りが病院に入院している場合は、直接費用を負担している親族に手当を支給します。
対象 65歳以上で3か月以上療養している方を介護している

おむつ等助成
身体上、精神上的の障害のため長期にわたり寝たきりのお年寄りにおむつなどを助成します。
対象 65歳以上で、常時寝たきりの状態、またはこれに準ずる状態、またはこれに準ずる状態が継続している方

老人福祉手当
寝たきりや老人性痴呆のため、日常生活に著しい支障のある方に支給します。
対象 65歳以上で、6か月以上寝たきりの方(入院中の方を含む)
手当 ▽70歳以上の方: 月額5万5,000円
▽65歳以上70歳未満の方: 所得に応じて月額3万円か4万5,000円

入浴券の交付
衛生管理と健康保持のため、公衆浴場に無料で入浴できる入浴券を交付します(年間120枚)。
対象 65歳以上のひとり暮らしで入浴設備のない世帯



高齢者在宅サービスセンター「田園」の納涼祭

お年寄りの皆さんに役立てていただくこと、市では、国や都と協力していろいろな福祉事業を行っています。主な高齢者の福祉制度をご紹介しますので、利用方法・申込み・問合せなど詳しくは担当窓口へご相談ください。

寝具乾燥サービス
日常生活に著しい支障のある在宅のお年寄りに対し、布団の乾燥を行います。
対象 65歳以上のひとり暮らしの方またはお年寄りだけの世帯で寝たきりの方
回数 ▽乾燥 月1回 ▽丸洗い 年1回

老人性白内障
老人性白内障のため水晶体摘出手術を受け、眼内レンズの挿入が不可能で特殊眼鏡が必要となる方に助成します。
助成内容 ▽特殊眼鏡 一対につき4万円 ▽コンタクトレンズ 一眼につき2万5,000円

高齢者住宅改造費助成
居住する住宅の改造が必要と認められる、浴室・玄関・台所・トイレ・居室について、改造費用の一部を助成します(家屋の新築工事に併せて実施する場合は、助成対象になりません)。
対象 おおむね65歳以上のお年寄り、日常生活に常時注意を要する方、または長期にわたって居室において寝たきりのお年寄りのいる世帯

住宅家賃助成
民間アパートなどに居住する高齢者世帯に家賃の一部を助成します。
対象 市内に引き続き3年以上住所を有する高齢者世帯(65歳以上のひとり暮らし世帯、または65歳以上の方を含む60歳以上の方のみで構成される世帯)であって、自らが居住する民間アパートなどを借り、その家賃を支払っている世帯で、収入制限以内の世帯
助成額 月額6,000円

日常生活用具の給付等
対象 おおむね65歳以上のねたきりのお年寄りなどで、用具の給付が必要と認められる方
内容 ポータブルトイレ、車いす、特殊寝台(レンタル可能)などを給付
費用 所得に応じて、費用負担があります

休日納税窓口を開設!
9月27日(日)
《納め忘れはありませんか》
次のとおり納期限は過ぎていきます。
◎市・都民税: 第1期(7月31日)・第2期(8月31日)
◎固定資産税・都市計画税: 第1期(6月1日)・第2期(7月31日)
◎軽自動車税: 全期(6月1日)
問合せ 税務課収納係(内線 237-239)へ。

国民健康保険だより

80歳の高齢被保険者に記念品を贈呈します

市では、国保の保険事業の一環として、高齢被保険者(大正6年9月16日から大正7年9月15日の間に生まれた方)の、健康とご長寿をお祝いし、9月中旬に記念品をお贈りします。

9月は国民健康保険税第2期の納期です

保険税は、決められた日までにきちんと納めるようにしましょう。

保険税額があとで増額される場合があります

転入して国民健康保険に加入した方については、住民税額を

きものへの憧れと、自分への挑戦で昨年10月に念願の夢を叶え(98東京きもの女王)になる事ができました。東京代表として長野での全国大会出場・きものショー・テレビの取材や写真撮影・各種イベントなど、数多くの貴重な体験をさせていただきました。

福生NOW

「きものをもっと身近に」

'98東京きもの女王 小林 彩子



小林 彩子

プライベートショーでは、初めての試みである和装と洋装をミックスさせた「舞カレン」という衣裳を装いました。最近のきものは随分ファッション感覚が取り入れられており、

国民年金だより

国民年金の保険料は口座振替が便利です

また、住民税の申告が遅れている方は、住民税額が確定した時点で保険税額を再計算し、追加課税されることがあります。

国民年金の保険料のお支払いを、便利な口座振替にしませんか。保険料を納め忘れると、将来の年金額や受給資格を失うことにもつながりかねません。

10月1日から行われる住宅・土地統計調査にご協力ください

10月1日を調査日として、全国いっせいに住宅・土地統計調査が実施されます。

この調査は、住宅・土地に関する最も基本的な調査で、国や都道府県・市区町村が住宅建設計画、都市計画、環境整備計画などを立案していくうえでの基礎資料となります。

調査内容は統計を作成するためだけに使用するので、他の目的には一切使用されません。

問合せ 庶務課庶務係(内線252)へ。

秋の全国交通安全運動

「ありがとう 笑顔でかわす よいマナー」

9月21日~30日

帳、国民年金保険料の納付書をご用意のうえ、金融機関の窓口にお越しください。

- ☆高齢者の交通事故の防止
☆ドライバーの方は、お年寄りを見かけたら、特に慎重に運転しましょう。
☆若者による二輪車の交通事故防止
一時停止、安全確認を必ずするなど、大切なひとのために行動で示しましょう。
☆シートベルトの着用の徹底
面倒くさがらずにシートベルトを必ず締めましょう!

介する「きものショー」です。私は金襴緞子の夢衣裳を披露しました。このショーを通じてきものに対する理解をより深めました。

以前とは違った趣を醸し出していますが、きものに描かれた色や模様はすばらしく、格調の高い優れた芸術品であること改めて認識いたしました。

先月行われました夏の風物詩として有名な「福生七夕まつり」では、浴衣を着て出かけましたが、若い方の浴衣姿が大変多く見受けられ、嬉しく思いました。日本古来の伝統美である和服のすばらしさを、このようにまずは浴衣から親しんでいただき、一人でも多くの方に「文化」が伝承されることを願っています。

☆小林彩子さんは、'96年のミス七夕として、1年間、市の行事などにお手伝いをいただいた後、現在「東日本準きもの女王」として活躍中です。

10月の無料相談

Table with 5 columns: 相談内容, 期日, 時間, 場所, 備考. Lists various consultation services like legal, tax, and social security.

駅周辺の放置自転車などは撤去します!

市内各駅(東福生駅を除く)周辺の自転車等放置禁止区域内の駅前広場や道路などを長時間放置すると、警告札を取り付け、その後自転車保管場所に撤去しています。

ご利用ください 情報公開制度 個人情報保護制度

問合せ 文書職員課文書係(内線262)へ。

8月の横田基地飛行回数

Table with 4 columns: 測定場所, 飛行回数, 前年同月比. Shows flight statistics for various locations.

家庭看護講座 「さらば腰痛」をテーマに腰痛体操を行います=9月26日(土)午前10時30分~午後零時30分 都立青梅看護専門学校 先着30人 費用無料

丹波なごい、中の見えなごい、み袋

「高齢者の福祉制度」第1面からの続き

緊急通報システム事業

日常生活に常時注意を要するひとり暮らしのお年寄りなどが家庭で急病など緊急事態になったときに、ペンダントを押すだけで、東京消防庁へ通報されるものです。利用に当たっては、協力員の確保が必要となります。この事業は社会福祉協議会に運営を委託しています。

お年寄りを介護している方が、休養、急病、冠婚葬祭などで介護できないとき、お年寄りを市内の特別養護老人ホームで一時的にお世話します。

在宅介護 支援センター事業

在宅のねたきりのお年寄りや介護者などに対し、在宅介護の総合的な相談や必要なサービスを受けられるように、市や関係機関との連絡調整の便宜を図ります。介護機器の展示や紹介も行っていきます。利用料は無料です。

実施施設 痴呆性高齢者デイホーム（特別養護老人ホーム第2サンシャインビル内）

在宅福祉課 在宅サービス係のホームヘルパーの派遣

通所事業は身近な場所で利用できるように、市内を3つに区分して実施しています。

対象 65歳以上の虚弱、寝たきりなどのために日常生活を営むのに支障のある方で、利用が承認された方。なお、申請にあたっては、医師の証明などが必要となります。

費用負担 1日2、230円（生活保護世帯は無料）

実施施設 特別養護老人ホーム第2サンシャインビル、特別養護老人ホームヨコタホーム

在宅福祉課 ホームヘルパーが身の回りのお世話に伺います。お申込みは在宅福祉課在宅サービス係へご連絡ください。

対象 おおむね65歳以上の日常生活が不自由な方で、同居の家族が介護困難な場合

内容 食事の世話、洗濯、掃除、生活支援についての相談・調整

費用負担 通所による食事サービス 450円（おやつ代含む）、入浴サービス1、000円

訪問による食事サービス 350円、入浴サービス 2、000円

実施施設 訪問事業

通所事業と訪問事業があり、通所事業はお年寄りの方をセンターまで送迎し、各種のサービス事業（生活指導、趣味生きた活動、健康増進、日常動作訓練、養護など）及び食事サービス、入浴サービス）を提供し、少しでも快適な生活ができるよう援助します。訪問事業は、通所ができない方を対象に、食事サービス

費用負担 食事サービス450円（おやつ代含む）、入浴サービス1、000円

実施施設 特別養護老人ホーム第2サンシャインビル

痴呆性高齢者 デイホーム事業

高齢者在宅サービス センター事業

介護が必要な痴呆性のお年寄りで、日中の介護が困難な方を施設まで送迎して、各種のサービス（食事・介護・入浴・レクリエーション活動など）を提供します。

費用負担 医師の証明が必要

実施施設 痴呆性高齢者デイホーム

費用負担 食費サービス450円（おやつ代含む）、入浴サービス1、000円

実施施設 痴呆性高齢者デイホーム

痴呆性高齢者 デイホーム事業

社会福祉協議会の行っている 高齢者への福祉サービス

利用料は無料です。マッサージ機なども設置されていますので、お気軽にご利用ください。なお、市内送迎バスを運行しています。

利用日 月々金曜日（祝日、年末年始を除く）午前9時～午後4時30分（浴室は午前10時～午後4時）

利用料金 1時間600円

実施施設 特別養護老人ホーム第2サンシャインビル

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

老人福祉センター事業

60歳以上の方を対象に、各種の相談、健康の増進・教養の向上、趣味サークル活動・レクリエーションのための便宜を総合的に行う事業で、福祉センターの教養娯楽室、浴室、付設作業所など地階部分で主に実施しています。

実施施設 痴呆性高齢者デイホーム

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

家事援助サービス

おおむね65歳以上のお年寄り

実施施設 痴呆性高齢者デイホーム

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

痴呆性高齢者 デイホーム事業

介護保険制度②

介護保険制度の運営主体（保険者）は福生市になりますが、介護保険の財源は、保険加入者（40歳以上の方）の保険料と公費（税金）、おのおの50%ずつで賄われます。

介護保険のモデル事業が9月30日から始まります

事業の対象になる方には、後日、連絡しますので、調査に御協力くださるようお願いいたします。

介護保険のモデル事業が9月30日から始まります

事業の対象になる方には、後日、連絡しますので、調査に御協力くださるようお願いいたします。

事業の対象になる方には、後日、連絡しますので、調査に御協力くださるようお願いいたします。

障がい医療費受給者証

9月1日から使用する障がい医療費受給者証を対象の方へお送りしましたが、お手元に届きませんでしたか。まだ受給者証が届いていない方は、ご連絡ください。

なお、次の要件をすべて満たしている方は、申請することにより障がい医療費受給者証が取得できます。

①「身体障害者手帳」1、2級の方（内部障害で3級の方を含む）または「愛の手帳」1、2度の方で、平成9年中の所得が下表の基準額以内の方（対象者が20歳以上の方は本人の

所得、20歳未満の方は世帯主などの所得）

②国民健康保険または社会保険に加入していること

▽申請に必要なもの 身体障害者手帳または愛の手帳、健康保険証、印鑑

※住所や加入保険などが変わった場合は、すみやかに変更届を出してください。

所得制限基準表

Table with 2 columns: 扶養親族等の数, 基準額(千円)

0人 5,739

1人 6,119

2人 6,499

3人 6,879

4人 7,259

5人 7,639

住まいの健康診断

①室内のダニの種類と数②室内に住む虫の調査③室内の空気のきれいさ④畳の湿り具合などを診断します。費用は無料です。申込み・問合せ 多摩川保健所 環境衛生係（☎0428・22・6141）へ。

申込み・問合せ 在宅福祉課障害福祉係（☎530・2941）へ。

申込み・問合せ 在宅福祉課障害福祉係（☎530・2941）へ。

申込み・問合せ 在宅福祉課障害福祉係（☎530・2941）へ。

申込み・問合せ 在宅福祉課障害福祉係（☎530・2941）へ。

申込み・問合せ 在宅福祉課障害福祉係（☎530・2941）へ。

申込み・問合せ 在宅福祉課障害福祉係（☎530・2941）へ。

福祉まつり98

日時 10月4日（日）午前10時～午後2時

場所 福祉センター

内容 体験コーナー（車いす体験・アイマスク体験・疑似体験・手話体験）・健康相談

主催 福生ボランティア連絡協議会・福生市社会福祉協議会

問合せ 福生市社会福祉協議会（☎552・2121）へ。

問合せ 福生市社会福祉協議会（☎552・2121）へ。

問合せ 福生市社会福祉協議会（☎552・2121）へ。

ひとり親家庭の皆さんへ

夢と魔法の王国

東京デイズニールランドで思いっきり遊ぼう

日時 10月18日（日）午前7時～午後7時

出発 東京デイズニールランド

行き先 東京デイズニールランド

定員 先着90人

参加費 1人2、000円（平成10年10月18日現在3歳以下の幼児は無料）

敬老記念品は届きましたか

9月15日現在、満65歳以上の方々に敬老記念品（商品券）をお贈りいたしました。お手元に届きましたか。

まだ届いていない方は、印鑑をお持ちのうえ、9月24日（木）以降に在宅福祉課高齢福祉係（福祉センター内）か生活福祉課福祉計画・相談担当（市役所本庁舎1階）までおいでください。

問合せ 在宅福祉課高齢福祉係（☎530・2941）へ。

問合せ 在宅福祉課高齢福祉係（☎530・2941）へ。

問合せ 在宅福祉課高齢福祉係（☎530・2941）へ。

問合せ 在宅福祉課高齢福祉係（☎530・2941）へ。

問合せ 在宅福祉課高齢福祉係（☎530・2941）へ。

10月10日 体育の日

福生スポーツフェスティバル

場所 多摩川中央公園

※雨天の場合は中央体育館

町会自治会、学校、職場、友だちなどでチームを作って気軽にご参加ください。

種目 小学生の部、中学生の部、一般の部、町会自治会の部 ※各種目とも1チーム10人編成 (跳ぶ人8人・回す人2人)で男女混合可(小学生の部の回す人は大人)

参加費 1人100円(保険代) ※体育協会会員、小・中学生は無料

◆スパーバむか大会

◆団体なわとび大会

時間 午後1時30分

◆スパーバむか大会

時間 午後2時30分

◆スパーバむか大会

熊川地域体育館 小学生スポーツデー

熊川地域体育館 スポーツフェア

☆輪投げ大会

(市民総合体育大会)

時間 午前9時30分～正午

種別 幼児の部、小学校低学年の部・高学年の部、一般男子の部・女子の部(中学生以上)、ベテランの部(60歳以上)、障害のある方男子の部女子の部

☆カローリング

体験講習会

水上で行うカローリングを室内で楽しむ競技です。

時間 輪投げ大会終了後

対象 小学生以上の市民

☆ビームライフル 体験講習会

期日 10月4日(日) 場所 熊川地域体育館 対象 市民

射して10m先の標的を撃つ、射撃競技です。

時間 輪投げ大会終了後

対象 中学生以上の市民

☆健康・体力・栄養相談、体力測定

時間 午前10時～午後1時

内容 体脂肪、肥満度などの形態測定及び筋力・持久力・脈波などの測定。スポーツ・健康・栄養に関する相談など

◎参加される方は、運動のできる服装で、室内用運動靴をお持ちください。

※参加費無料

◆申込み・問合せ 熊川地域体育館(552・1980)へ。

市民総合体育大会 初心者 バウンドテニス講習会

特別展 福生市郷土資料室

武州下原刀(ぶしゅうしたはらとう)展

武州下原刀は、下原鍛冶と称される刀工群が製作した刀槍類の通称です。...

ご参加ください 市民ハイキング

リサイクルさせようかぎりある資源

不用品交換

緑化パンフレット

児童館であそぼう(9月) 申込みのない行事は当日参加受付

公民館の教室&講座

申込み
問合せ

公民館本館 ☎ 552・1711
公民館松林分館 ☎ 552・3624
公民館白梅分館 ☎ 553・3454

松林ホームシアター

「ぼくへそまでまんが」

「リトルツイーンズ〜旅立ち〜」

日時 9月26日(土) 午後2時

3時

場所 松林会館 ※入場無料
問合せ 公民館松林分館へ。

女も男も共に

生きる社会をめざして

「もっと知ろうよ」

「からだ」と「心」

女のからだの変化は、初潮で始まり、「からだ」と「心」の変化に何十年とつきあっていくことになりま。この長い一生を皆さんと一緒に考えていきましょう。

| 期日 | テーマ |
|-------|------------------------|
| 9月29日 | もっと「からだ」について語り合おう |
| 10月6日 | 「初潮・お母さんになれるのね」と言われたら? |
| 13日 | 自分を生きる可能性「性の自己管理」 |
| 20日 | 女の選択「産むこと」・「産まないこと」 |
| 27日 | 出生前診断って女の味方かしら? |
| 11月3日 | 不妊治療は女が望むことかしら? |
| 10日 | 人生を選ぶのは私-差別のない社会とは? |

人体模型制作者)・長沖曉子氏(慶応大学講師)・斎藤有紀子氏(明治大学講師)
申込み・問合せ 9月18日(金)から公民館松林分館へ。

講座「草と木の染」

「自然の色を染めよう」

身近にある植物を使って布を染め、巾着袋やテーブルセンターなど、オリジナル作品に仕上げる初心者を対象にした講座です。ぜひご参加ください。

寿市民ひろば「ご参加ください寿講演会」

日時 10月3日(土) 午後2時

4時

場所 公民館本館第5集会室

演題 野生動物が住みにくい地球にしたのは誰だー野生動物のお医者さんからー

講師 野口泰道氏(福生市生まれ)



※世代を超えて、どなたでも直接お問い合わせください。
公民館本館 ☎ 552・1711へ。

黒のユニール袋ごみを出さないでください

日時 9月26日(土) 11月28日(土) 午後1時30分〜3時

30分 全7回

場所 公民館本館、茶室「福庵」

定員 先着20人

講師 井上和氏(草と木の染作家)

費用 3,300円(材料代)

持ち物 筆記用具、針と糸

申込み・問合せ 9月20日(日) 午前9時から公民館本館へ。

草笛教室

暮れ行けば浅間も見えず 歌哀し佐久の草笛

歌や詩にも出てくる草笛。自然の中で、自然の素材で、自然の音を楽しむことのできる草笛。初心者にもわかりやすく草笛の吹き方を指導します。

日時 10月13日(火)〜11月17日(火)の火曜日(11月3日は除く) 午後2時〜4時 全5回

場所 公民館本館

定員 先着20人

講師 河津哲也氏(関東草笛の会代表)

申込み・問合せ 9月22日(火)から公民館本館へ。

第152回市民名画劇場

「マデイソン郡の橋」

監督・主演 クリント・イー

ストウツド

日時 9月20日(日) 午後2時

30分 午後6時30分(2回上映、開場は30分前)

※入場無料(午後6時30分からの上映には、中学生以下は保護者の同伴が必要です)

問合せ 市民会館 ☎ 552・1711へ。

第11回 障害者 青年学級 弁論大会

障害を持つ青年たちが、自分の思っていることを自分の言葉で表現し発表する弁論大会が、今年もあきる野市・青梅市・羽村市の青年学級のメンバーを迎え、4市交流事業として行われます。

弁士だけでなく、司会や受付などの当日の運営や、準備における学級生の活躍ぶりにもご注目ください。

弁論の後には、各市の日頃の活動の成果を発表するアトラクションもあります。

ぜひみなさんご来場ください。

問合せ 市民会館 ☎ 552・1711へ。

「だれでもなんでも展」 出展作品募集!

地域の方々に支えられて19回目を迎える「だれでもなんでも展」が、「地域のWA・サークルのWA・手づくりのWA」をテーマに10月24日(土)・25日(日)に開かれます。

実行委員会では、出展作品の募集をします。子どもの絵日記や夏休みの工作などから、こつこつとやっている趣味の作品まで、「こんなもの笑われるんじゃないかしら...」と思わないで、手づくりのものならなんでも結構。お気軽に出展してください。

申込期間 10月1日(木)〜17日

問合せ 公民館松林分館へ。

図書館だより

中央図書館 ☎ 553・3111
わかざり図書館 ☎ 552・7421
わかたけ図書館 ☎ 551・0083
武蔵野台図書館 ☎ 553・8881

| 10月おはなしかい | 大きな絵本 | 大きな絵本展 |
|------------------|------------------|------------------|
| はらぺこあおむし | なにかよし | 8日(木)わかざり(3:30) |
| 1日(木)わかざり(3:30) | 16日(金)中央(3:30) | 28日(水)わかたけ(3:00) |
| 7日(水)わかたけ(3:00) | 28日(水)わかたけ(3:00) | |
| 23日(金)中央(3:30) | | |
| パネルシアター | こうさく | |
| だいくとおにろく | 14日(水)わかたけ(3:00) | |
| 21日(水)わかたけ(3:00) | 22日(木)わかざり(3:30) | |
| 29日(木)わかざり(3:30) | 30日(金)中央(3:30) | |
| ちっちゃな | ファイナルファンタジー | |
| えいがかい | 17日(木)わかざり3じ〜 | 竜の章・星の章 |

市民会館催し物インフォメーション

| 催し物 | 日時 | 入場料 | 場所 |
|-------------------|--------------------|-------------------|----------|
| 美輪明宏コンサート | 9月19日(土) 午後6時30分開演 | 5,000円 全席指定 好評発売中 | 市民会館大ホール |
| 鼓童 ONE EARTH TOUR | 10月24日(土) 午後7時開演 | 3,500円 全席指定 好評発売中 | 市民会館小ホール |



電話予約・問合せ 市民会館 ☎ 552・1711へ。

公民館 福生演芸喜楽会旗揚げ公演 踊りと時代演劇(情けの捕縄二幕)

日時 9月27日(日) 午後零時30分開演、午後1時開演

場所 市民会館小ホール

※入場無料

主催 福生演芸喜楽会
後援 福生市公民館
問合せ 山崎 ☎ 553・0216へ。

市民会館主催事業のチラシ配布員を募集します

市民会館の催し物のPRのお手伝いをしていただける方を募集します。

仕事の内容は市民会館主催事業のチラシの戸別配布です。

回数 は年間約6回、配布場所は市内、配布部数は1回当たり1,000部程度です。

募集人員 24人

募集期間 10月1日(木)〜31日

※採否の結果は、後日市民会館からご連絡します。

日(土) 応募資格 市内にお住まいの18歳以上で、自転車または徒歩でチラシの各戸配布ができる方

お礼 各主催事業に招待させていただきます。

応募方法 直接、市民会館 ☎ 552・1711へ。

※採否の結果は、後日市民会館からご連絡します。

共同募金 赤い羽根募金 10月1日〜12月31日

皆さんからお寄せいただく寄付金は地域福祉の充実のため役立てられています。温かいお心をお寄せください。

問合せ 生活福祉課庶務係(内線352)へ。

◇五つの違い◇

上下の絵には、五つの違いがあります。ひとつは、横断歩道でおばあさんの手を引いている人のシヤツの長さです。他の4つもみつめてください。



会員募集中

ヨーガサークルすみれ会=月4回 毎週水曜日 午前10時〜11時30分 扶桑会館(福生消防署裏) 申込み・問合せ 直接、会場へお問い合わせください。

10月の休日診療

| | 内科・小児科(昼間)診療所 〈診療時間〉 午前9時～正午 午後1時～5時 | 内科・小児科(準夜)診療所 〈診療時間〉 午後5時～10時 | 歯科 休日診療 〈診療時間〉 午前9時～正午 午後1時～5時 |
|--------|--|--|---|
| 4日(日) | 福生市保健センター 福生市福生2125-3 ☎552・0099 | 羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 (羽村市役所裏) ☎555・9999 | 林歯科医院 羽村市五ノ神4-6-9 大恵不 動産ビル2F ☎555・3363 |
| 10日(祝) | 福生市保健センター | 丸野医院 瑞穂町長岡1-149 ☎556・5280 | おざわ歯科医院 羽村市小作台2-13-3 ☎579・1500 |
| 11日(日) | 福生市保健センター | 福生市保健センター | 井上歯科医院 羽村市五ノ神2-12-14 ☎554・7735 |
| 18日(日) | 福生市保健センター | 福生市保健センター | 加藤歯科クリニック 羽村市神明台1-33-20 シャ ルムアン2F ☎554・8887 |
| 25日(日) | 福生市保健センター | 福生市保健センター | ますだ歯科医院 羽村市双葉町3-9-10 ☎551・8686 |

※医療機関が変更になる場合もあります。なお、受診の際は保険証をご持参ください。

福生市医師会だより

基本健診の前半も終わり、その結果に受診された方は、一喜一憂されていることと思います。ここで、初めて高血圧を指摘され、降圧剤の服用を勧められた方も少なくないでしょう。その時、「降圧剤を飲み始めると、一生止めることができないのでイヤだ」と、その服用を拒否される方を時々お見受けするの事実は、また、高コレステロール血症を指摘され、内服加療を始め、順調にコレステロール値が低下した途端、「治った」と自己判断し、内服を止めてしまわれる方も少なくありません。果たして、これらは正しい判断なのでしょうか。そこで、今回はこれらの疑問について考えてみることにしました。

治す病気、コントロールする病気

確かに、降圧剤を服用し始めた人の多くは半永久的な服用が必要になります。これは年齢とともに、だれでも動脈硬化が進み、それに伴い血圧は上昇することはあっても、自然に低下することは少ないからです。もちろん環境の変化(季節、転勤、退職など)、あるいは、禁煙、体重減少(ダイエットの成功)に伴い血圧低下をきたした時などには、降圧剤が不要になる場合もあります。また、服用し始めた薬剤を自己都合で、たとえ中止したとしても、特殊な場合を除き、服用前に比し著しく悪化するものもありません。しかし、血圧は元の高値にもどります。後述する脳卒中や心不全の予防効果はなくなりますが……。

次に、高脂血症(高コレステロール血症)について考えてみましょう。全く自

覚症状を伴わない本症で、食事療法、薬物療法を続けることはなかなかむずかしいものがありますが、コレステロール値を低下させることにより、冠動脈疾患(心筋梗塞など)死が31%も低下したという大規模臨床試験もあります。すなわち、これら疾患は血圧あるいはコレステロール値をコントロールし続けることにより、究極的に死亡率を低下させることを目標にした治療なのです。これらのほか、コントロールする病気には、糖尿病、高尿酸血症などがあります。これに対し、治す病気の代表が細菌感染症、たとえば、肺炎、膀胱炎などです。これらは、抗生剤投与により治癒してしまえば、治療は終了しますが、コントロールする病気の治療は前にあげた理由により半永久的に続くことになりま

す。なお、目標血圧は収縮期圧、140ミリメートル水銀柱、拡張期圧、90ミリメートル水銀柱が、米国高血圧合同委員会より、勧告されております。この値は合併症の有無により多少変動があります。

文責 島井医師

健康相談

- ①日時 10月1日・8日・15日・22日・29日の木曜日 午前9時30分～11時
- 場所 市役所1階ロビー
- 相談員 保健婦・栄養士

- ②日時 10月19日(月)午後1時30分～2時30分
- 場所 市役所1階ロビー及び相談室
- 相談員 医師・保健婦・栄養士

- ③日時 10月22日(木)午後1時30分～3時
- 場所 中央図書館
- 相談員 保健婦・栄養士

- ※いずれも直接、開設場所においでください。

健康教室

- 日時 10月2日・9日の金曜日 午後1時30分～3時30分
- 場所 保健センター
- テーマ 丈夫な骨をつくらう!

胃がん検診

- 日時 11月19日・26日の木曜日 午前9時～10時
- 場所 保健センター
- 対象 市内在住の35歳以上の方。なお、次のような方は受診できません。

- ①胃を手術した方
- ②現在、胃または十二指腸を治療中または経過観察中の方
- ③胃の検査、受診後1年を経過しない方
- ④妊娠中の方(疑いを含む)

- 定員 各実施日30人
- ※各実施日が定員に満たない場合は変更になります。
- 申込み 9月18日(金)～10月16日(金)までに、保健セン

乳がん個別検診 受診希望者を募集

- 対象 市内在住で、両日とも参加できる方
- 定員 先着20人
- 講師 医師・保健婦・栄養士
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 9月18日(金)～25日(金)までに、保健センター(内線372)へ。

10月の母子保健行事

- 両親学級 日時 10月1日(木)午後1時30分～3時30分

10月の予防接種

| 26日 | 19日 | 12日 | 7日 | 5日 | 曜日 | 接種区分 | 対象 | 場所 |
|-----|-----|-----|----|----|----|----------|---------------------|--------|
| 月 | 月 | 月 | 水 | 月 | 日 | ポリオ(1回目) | 平成10年3月1日～4月30日生まれ | 保健センター |
| | | | | | | ポリオ(2回目) | 平成10年5月1日～6月30日生まれ | 保健センター |
| | | | | | | 生ワクチン | 平成9年7月1日～8月31日生まれ | 保健センター |
| | | | | | | 生ワクチン | 平成9年9月1日～10月31日生まれ | 保健センター |
| | | | | | | 生ワクチン | 平成9年11月1日～12月31日生まれ | 保健センター |

10月の予防接種は、ポリオ生ワクチンです。予防接種を受けるお子さんの予診票に、必要事項を記入し、母子健康手帳と一緒に当日ご持参ください。なお、予防接種を受けるお子さんは、前日早めに寝かせて十分な睡眠をとらせてください。

育児相談

- ①日時 10月2日(金)午後1時30分～3時
- 場所 福祉センター
- ②日時 10月21日(水)午前9時30分～11時
- 場所 保健センター

離乳食教室

- 日時 10月14日(水)午前10時～正午
- 場所 保健センター
- 内容 離乳食の作り方、おすすめ方
- 講師 保健婦・栄養士

子育て広場

- 日時 10月7日(水)午前10時～正午
- 場所 保健センター
- 内容 子育ての話、お母さんの健康などについて
- 講師 保健婦・助産婦

10月の乳幼児健康診査

| 健診内容 | 健診日 | 該当児 | 受付場所・時間 |
|----------|--------------|-----------------|--|
| 3か月児健診 | 20日(火) | 平成10年6月生まれのお子さん | 保健センター 午後1時～1時45分 |
| 6か月児健診 | 満月齢後の6・7か月期 | 平成10年4月生まれのお子さん | 個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際受診票を交付しますので、都内の指定医療機関で受診してください。 |
| 9か月児健診 | 満月齢後の9・10か月期 | 平成10年1月生まれのお子さん | 保健センター 午後1時～1時45分 |
| 1歳6か月児健診 | 27日(火) | 平成9年3月生まれのお子さん | 保健センター 午後1時～1時45分 |
| 3歳児健診 | 6日(火) | 平成7年9月生まれのお子さん | 保健センター 午後1時～1時45分 |

※各健診とも母子健康手帳をお忘れなく。6、9か月児健診は受診票も必要です。